



**Ewe putai  
akan tutumunuw ekew mei  
muk ika wate ir mi nom non  
ewe kinikin sia kan era uwes  
ika sako ngaw non mokurer**  
*(Adult Metal Health Division)*

## ***Tipitignaw*** Chuukese



### ***Met ei Tipitignaw?***

A ukukun tiuw (9) percent chon Merica a urir ei samaw. Sipwe kinisou ngeni ekei ra nenengeni ika study in ei samaw, ifa usun ei samaw ika kuta safean. Pwe ra kunapwe a fokun namot ach sipwe anisi ekei mi urir ei samaw non poraus. Napengenei kich sia nukuw pwe ei samaw ese wor safean. Ika pwe ka sinei pwe mi wor lo mi raiffou. Ekei esisinen ei samaw.

Ren tipengnaw, ra nukuun pwe rese chiwen namot, monunu iteitan ran, rese chiwen okonut. Rese mon mongo ese wor ar repwe pwapwa iti urumot, ar ekiek esap fatafatoch. Ike fen ekieki repwe mano.

### ***Kinikinin Tipitignaw***

Re ei wewe a fokun auchea om kopwe weweiti pwe ei samaw epwe pwara non ekei sakun nikinik. Usun chok ekewe ekoch samaw. Ren semwenin ngasangas. Aa wor unugat kinikin non ei samaw.

Ei popounapan a tongeni pwata ren an emon epwe ne chipang angang kae, onut, mongo ika esapw wor an epwe apwapwai inisin. Ren ei kinikin a tongeni fis fan ew, nge epwe pwan ani ekei nikinik. Sefan non anein manawan.

Oruwan, ekei esisin. Epwe ekis kukun es kon ngaw, nge epwe esapw chok tam fansoun. Nge mi chok pwan chiwen angawa ika eteti an emon epwe mefi pwapwa. Ren ekoch aramas repwe mefi ngawen ei samaw fan ekoch non manawer.

Onungatin kinikin ei samaw. Mi chok pwan umuno lo epwe tongeni aani ei

samaw ika tori. Sou sinenap ra anapanapa pwe nikinikin ei samaw, ekon wate ren ar repwe mwitir ne kekesiwin netiper seni tipoch ngeni tipengnaw. Nge napengeni repwe unang pwano non mokutukut. Nupwe an ei samaw epwe pwan niwin sefan iwe ekew esisinun epwe torir. Emon newe epwe mwitir an poraus. Ike metoch menisin epwe fori epwe chok fokun mwitir. Fan ekoch nikinikin ei aramas epwe fokun asaw ika ningaw. Napengeni repwe ekieki pwe ir mi win ika tufich me tipachem. Ika pwe ei sakun ese wor chon safeni iwe epwe wosen ngawano.

### ***Met aa forata Tipitignaw***

Chon nenengeni ei samaw ra nukuw pwe ei samaw a feito seni pekusun angang. Ekoch ra nukuw pwe feito seni ach neo. Ika osukosukan non imach me poutunon atongeach.

Ekoch aramas rap wan ekieki pwe rese kon auchea epwe usun ekoch. Ina met apwan tongeni forat ei samaw. Ra pwan nukuw pwe apwan feito seni ekewe ekon samaw ren semwenin ngasanga me cancer. Ra nukuw pwe a feito seni ach neo. Ekieki, nukuw me nonomuch.

## ***Nenegeni (Evaluation)***

Ren ach sipwe sinei achuw nonoum ewe mi samaw ewe doktor epwe cheki ewe mi samaw ren metoch meinisin. Akaewin ren nonomun inisin seni non ekewe ier afen no tori ikenai. Inet a poput an ei samaw. Ifa usun nikinikin ika ifa taman. Epwe pwan eis ika mi anii ei samaw me mwan.

Ewe doktor epwe eis ika pwe mi wor chon safeni ika pwe mi wor. Iwe met sakun safei akan akangei. Iwe epwe pwan eis ika ei mi samaw mi pwan akangei sakaw ika ekewe ekoch sakun safei. Ra kan akangei me won ann (Street drugs). Iwe ewe doktor epwe kapas eis ngeni ika pwe mi wor ren sakun ekiek ren an epwe nieno ika angei Ano manawan ika fen mano.

Iwe epwe pwan wor kapas eis ren porausen an family ika pwe mi wor chon non an family mi anii ei sakun samaw. Ika pwe mi wor iwe met sakun safei ra kan safen ngeni iwe met mi chikat ren.

Nesoponon ar nenengeni ei me samaw repwe cheki, ika ifa usun nonomun ren an

poraus, ekieki me checkemeni, ika pwe mi ngaw. Pun fan ekoch, osukosuk akan tongeni angawano ar ekiek, fofos me ach checkemeni ei akan fisita ren ekoch mokutukut.

## ***Om Puung (Your Rights)***

Nupwen ka kopunguna pwe ka emon chon mental health services mi och kopwe sinei pwe a fokun wate om puung. Ren ar repwe anisuk usun chok ar anisi ekoch, repwe pwan osufonuk a pwan wor om puun ren fansoun aninis ren safei. Apwan wor om puun re nom kopwe sinei met tichiking porausen unumon safei, ren ochun me ngawan. Apwan wor om puung ika ka siniei usun posausen ekewe safei ika kopwe angei ika kosap.

## ***Om finata ren aninis (Treatment Choice)***

Ikenai a chomong programs ra awora ren an epwe anisi me ruw ekei nikinikin samaw. Epwe wor ar repwe nenengeni met sakun nikinik me fofor repwe fori pwe epwe tongeni anisi ewe emon. Ren en epwe echuono nonomum. Sipwe chok anean pwe epwe tongeni anisi chon ewe family me ekewe mi ani ei osukosuk. Ren soposoponon, ewe mi samaw me an

family epwe wor ar weweiti ei osukosuk. Epwe pwan wor ar repwe sinei me weweiti ekewe nikinik, epwe wor ar weweiti ekewe safei ewe wmom epwe angei ren an epwe anisi an iwe samaw. Iei wosen akauchean kinikinin ekkei aninis an epwe anisi me an family, fiti fengen me ekewe chon angang seni ekewe putai

## ***Tipitignaw non Om Éreni***

Ika pwe mi wore sakun nikinik ika fofor non om oreni mi sako seni met sia ka fori ikei kose mocehn kopwe ereni noum na doktor ika nurse. Ren an epwe anisi kich ach sipwe weweiti met sipwe fori ngonuk. Ika met ee forata om ei osukosuk. Ika pwe mi wor chon safenuk me non neniom, met sakun safei ika pwe en mi chikar.

Ika pwe ka mochen pwe epwe wor chon anisuk ren noum doktor kopwe chok ereni noum ina case-manager, iwe epwe wor emon epwe anisuk. Ika pwe ka mochen sine ochuw porausen ei samaw, iwe ka tongeni kori ena mental health clinic ekan kane ngonuk, ika kori noum ina case manager.